

How not to Neujahrsvorsätze

EIN DESTRUKTIVER GUIDE FÜR DAS NEUE JAHR

(NOT) TO DO

Autorin:
Ella Hofreiter

Wie auch jede bestandene Prüfung beginnen erfolgreiche Neujahrsvorsätze mit dem Ausdruck der notwendigen Unterlagen: Schreibt eine Liste, druckt sie aus und legt einen Ordner an. Vergesst den Ordner und wiederholt den Schritt vor dem nächsten Antritt/Neujahr.

Wer im Jänner seinen USI-Kurs noch tatsächlich wöchentlich besucht, darf sich an dieser Stelle auf die Schulter klopfen. Für alle anderen ist der Zeitpunkt günstig, die Angebote für das Sommersemester zu durchstöbern. Das nächste Semester ist immerhin noch weit genug entfernt, so dass der Schwimmkurs um 6:00 Uhr morgens tatsächlich eine gute Idee zu sein scheint.

Für jene, die regelmäßigen Sport zu fixen Uhrzeiten zu anstrengend finden, ist die Mitgliedschaft im Fitnessstudio der Wahl eine gute Alternative. Hier kommt es allerdings zum Jahresbeginn zu etwas längeren Wartezeiten an den anfängertauglichen Geräten. Wer die Zeit sinnvoll nutzen möchte, kann während der Wartezeit für die nahenden Prüfungen lernen. Alternativ tuts ein Social-Media-Posting zur neu entdeckten Fitnessmotivation natürlich auch.

Obwohl dreimal wöchentlich Bernerwürstel in der Unimensa zu essen während der Prüfungsphase durchaus reizvoll erscheint, hält sich gesündere Ernährung hartnäckig unter den beliebtesten Neujahrsvorsätzen. Wer Kochen aber anstrengend findet, kann sich im Büro der HTU zumindest einen Mensastempel holen und sich von dem gesparten Geld wenigstens einen Salat zu den Bernerwürsteln leisten.

Als Studentin oder Student bietet sich das neue Jahr natürlich auch dafür an, seine akademischen Ziele höher zu stecken. Rechtzeitig mit dem Lernen anfangen, einen Prüfungsplan schreiben, Vorlesungen vor- und nachbearbeiten – grundsätzlich sinnvolle Zielsetzungen. Wer allerdings kurz vor den Jännerprüfungen ausreichend Zeit findet, um Listen und Prüfungspläne zu schreiben, hat Neujahrsvorsätze vermutlich ohnehin nicht nötig.

Auch hoher Beliebtheit erfreut sich der Vorsatz, unangenehme Tätigkeiten nicht mehr aufzuschieben und im kommenden Jahr zeitgerecht zu erledigen. Beiträge für Unimagazine nicht am Tag der Deadline zu verfassen, klingt auf jeden Fall in der Theorie durchaus sinnvoll.

Nichts spricht dagegen, schlechten Gewohnheiten den Kampf anzusagen und jenen Menschen, die ihre Neujahrsvorsätze bereits eifrig planen, wünscht man naturgemäß nur das Beste dabei. Für den Rest von uns klappt's ja vielleicht nächstes Jahr.